

2018年11月号・第136号

# ほほえみ通信

第136号(日30. 11. 1発行)  
託児施設『シルバーほほえみ』  
筑紫野市岡田 3-11-1  
ほほえみタウンC棟  
(公社)筑紫野市シルバー人材センター  
Tel: 092-919-7755  
http://www.chikushino.or.jp



## ♪ 親子でコンサート ♪

下記の日程で、恒例の「親子でコンサート」を開催します。  
小さいお子様から大人まで楽しめる音楽が盛りだくさんです。  
みんなで、歌ったり・踊ったり、わくわくするひとときをご一緒に  
すごしませんか。市外の方もご参加できます。

日 時：平成30年12月6日(木)  
午前10時～11時30分

場 所：筑紫野市シルバー人材センター 2階研修室  
内 容：エレクトーン演奏・親子DEヨガ・パネルシアター他  
定 員：未就学児の親子(先着40組)  
申込先：筑紫野市シルバー人材センター

☎092-919-7755(午前9時～17時)

※今年は、筑紫野市在住の演奏家(松尾先生)をお招き  
しています。



## お知らせ

### 「託児施設シルバーほほえみ」託児のお休みについて

- 平成30年12月6日(木)  
＜親子でコンサートのため＞
- 平成30年12月29日(土)～  
平成31年 1月 3日(木)  
＜年末年始のお休み＞

※ 上記の日程をお休みさせていただきます。



## 託児施設シルバーほほえみ

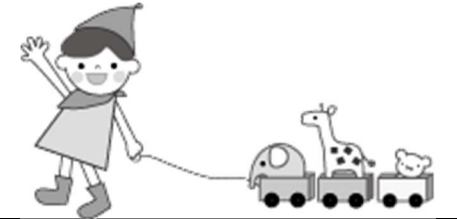
秋吉 ユミ子(会員)

「ほほえみ」の就業に就いて14年目に入りました。1歳位だったi君、今は14歳か15歳。中学2、3年生。どのように成長されただろうか?と想像するだけで胸が心がキュンとなってきます。まるで昨日の事のように鮮明に覚えています。笑われるかもしれませんが、「ほほえみ命」との思いで、ただただ夢中で過ごして来た13年間でした。

おかげさまで素晴らしい出会い出合いを頂きました。お子様はもちろんの事、お父様、お母様、お爺様、お婆様、そして就業会員、センターの皆様と沢山のキャッチボールが出来た事が私の財産となりました。

仕事と読書、クイズにしか興味を持たず、これといった趣味も無く日々を過ごしていた人生に楽しみ、喜びを与えてもらい充実感という大きな物を下さったのです。沢山の方々から沢山の教えを貰い、人間の幅も少しは広がったかと感謝しています。

年を重ね、役にたつのかどうかとの不安もありますが、もう少しだけ「ほほえみ」の一員として頑張りたいと思う今日この頃です。



## インフルエンザについて

今年は、例年より早くインフルエンザが流行しはじめています。インフルエンザの特徴は、感染力の強さです。大事なことは、予防対策です。

### ①手洗い・うがい

外から帰った時は、**石鹸**を使って細かく洗いましょう。緑茶でのうがいも効果的です。



### ②十分な栄養・睡眠

体力をつけると共に、休息をしっかりとる事で、抵抗力を高めましょう。

### ③人がたくさんいる場所には行かない

避けられない時は、マスクをするのも一つの手です。



### ④予防接種

予防接種は、インフルエンザにかかる可能性を減らします。もし、かかっても重症化を防ぐことができます。

### ⑤温度・湿度に注意

ウィルスは、**低温・低湿度**を好みます。**加湿器**等を上手に利用しましょう。